



Wechseljahre

– Wechselzeit

Aufbauend auf dem natürlichen Zyklusgeschehen schauen wir, wie sich der Zyklus in den Wechseljahren allmählich verändert. Dabei werden die körperlichen Begleiterscheinungen aufgezeigt, die mit der Hormonumstellung einhergehen. Diese Wechsel-Zeit bringt die Chance einer Neuorientierung. Wir entdecken ungeahnte Kräfte und Potenziale, die uns einen positiven Umgang mit uns selbst ermöglichen. Wir nehmen die körperlichen, seelischen und sexuellen Veränderungen unter die Lupe und erhalten Tipps, wie wir unser Gleichgewicht in dieser Lebensphase finden und bewahren können.

Der Kurs richtet sich an Frauen ab ca. 42 Jahren vor, während und nach den Wechseljahren, die diese besondere Zeit besser verstehen möchten.

- Datum: Samstag, 26. November 2022
Zeit: 9.30 bis 16.30 Uhr
Ort: Amthaus 1. Stock, Amthofstr. 4, Rüti
Leitung: Aurelia Ott
Mitnehmen: Bitte bequeme Kleidung, Decke und warme Socken mitbringen, sowie etwas fürs Mittagsbuffet
Kosten: Fr. 150.–
Anmeldung: mit Name, Adresse und Telefon-Nr.
bis spätestens 4. November 2022 bei:
Cécile Grossen, kurs@familiennetzrueti.ch oder Tel. 055 241 20 88
Die Anmeldung ist verbindlich.

Durchführung unter Einhaltung der aktuellen Corona-Regelungen

Versicherung ist Sache der Teilnehmer. Das in den Angeboten des FamilienNetzRüti gemachte Bildmaterial wird bei Bedarf für den Internetauftritt des Vereins verwendet.

